



CAFÉ SANTÉ

Prévention santé  
*les bons gestes !*



**GRATUIT**



**JEUDI 24  
OCTOBRE**

De 20h à 21h30



**MILLAU**

Hôtel Le Cévenol  
115 rue du Rajol



**Partenaires :**



On estime que 40 % des cancers pourraient être évités par des modifications de nos modes de vie et dans notre environnement. Éviter les facteurs de risque connus apparaît ainsi comme un moyen d'action essentiel pour prévenir certains cancers.

Il est recommandé de ne pas fumer, de modérer sa consommation d'alcool, d'avoir une alimentation diversifiée et équilibrée, de surveiller son poids, de pratiquer une activité physique régulière et d'éviter l'exposition aux rayonnements UV.

Source : Institut national du cancer

## Programme

La Mutualité Française Occitanie et le Comité de sensibilisation pour le dépistage des cancers en Aveyron vous invitent à une rencontre conviviale pour échanger, autour d'un thé ou d'un café, sur la prévention et les dépistages des cancers avec des professionnels spécialisés.

- Pourquoi participer aux programmes de dépistage des cancers ?
- Quels sont les conseils simples pour se prémunir des cancers ?
- Quels sont les bienfaits de l'activité physique pour rester en bonne santé ?

## Intervenantes

**D<sup>r</sup> Laurence Michelutti**, Présidente du Comité de Sensibilisation des dépistages des cancers. **Delphine Joannin**, coach sportive.

**PLUS  
D'INFOS**

Comité de sensibilisation  
pour le dépistage  
des cancers en Aveyron  
**06 18 44 25 03**

Une boisson  
non alcoolisée  
offerte



[occitanie.mutualite.fr](http://occitanie.mutualite.fr)